

Family Resource Center Virtual Services
CALENDAR/CALENDARIO

September 2023

Monthly MAA Topic:
 National Cholesterol Education Month

LOCATED AT/DIRECCIÓN:
 Fruit Ridge Community Collaborative
 4625 44th St Rm 36 Sacramento CA 95820
www.facebook.com/RiverOakCenter

**Important Notes/
 Notas importantes**

Registration is **REQUIRED** for ALL classes & events Call (916)226-2725 to register.

Majority of our class are now In-Person. Last day to register for virtual class will be 9/8/23


SE REQUIRE inscripción para TODAS las clases y eventos. Llame al (916) 226-2725 para registrarse.

Mayoría de los servicios son en-persona. Ultimo día para registrarse a las clases virtuales sera el 9/8/23.

Please be on time for all classes. We have a **10 minutes** policy. If you arrive after the ten minutes you will NOT be admitted into the class.

Por favor, sea puntual para todas las clases. Tenemos una política de **10 minutos**. Si llega después de los diez minutos NO sera admitido a la clase.



Monday/lunes	Tuesday/Martes	Wednesday/Miércoles	Thursday/Jueves	Friday/Viernes
<p>4</p> <p>FRC Closed</p> 	<p>5</p> <p>PAC Meeting/ Junta de Padres 10am-11am</p> <p>WEAVE Support Group 1pm-2pm</p>	<p>6</p>	<p>7</p> <p>Let's Connect 11am -12pm</p> <p>Healthy Kids 3:30-4:30pm</p>	<p>8</p> <p>FRC Orientation (only for new families/para nuevas familias) 1pm-2pm</p>
<p>11</p> <p>Eat smart Be Active Nutrition/ clase de Nutricion 10:00am to 11:30am</p>	<p>12</p> <p>WEAVE Support Group 10am-11am</p> <p>Diaper Distribution 1 pm -3pm</p>	<p>13</p> <p>Creative Creation/ Creaciones Creativas 10am-12pm</p> <p>Craft 4 Kids / Arte para Niños 4:30pm- 5:30pm</p>	<p>14</p> <p>Crochet the Stress away / Desestresarse con Tejer 10am- 11:30am</p> <p>Healthy Kids 3:30-4:30pm</p>	<p>15</p> <p>-Once upon a Chef /Érase una vez un cocinero 4:30pm-5:30pm</p>
<p>18</p> <p>Eat smart Be Active Nutrition/ clase de Nutricion 10:00am to 11:30am</p>	<p>19</p> <p>WEAVE Support Group 1pm-2pm</p>	<p>20</p> <p>Little Explorers- (0-5)/ Pequeños Exploradores - 4pm-5pm</p>	<p>21</p> <p>Crochet the Stress away / Desestresarse con Tejer 10:00am- 11:30am</p> <p>Preschool Circle Time/ Hora del círculo pre-escolar 2pm-3pm</p> <p>Healthy Kids 3:30-4:30pm</p>	<p>22</p> <p>FRC Orientation (only for new families/para nuevas familias) 10am-11am</p>
<p>25</p> <p>Eat smart Be Active Nutrition/ clase de Nutricion 10:00am to 11:30am</p>	<p>26</p> <p>WEAVE Support Group 10am-11am</p> <p>MPAP:A 3pm-5pm Session 1</p>	<p>27</p>	<p>28</p> <p>Crochet the Stress away / Desestresarse con Tejer 10:00am- 11:30am</p> <p>Healthy Kids 3:30-4:30pm</p> <p>Teen Talk./ Conversacion Adolescente 4:30pm-6pm</p>	<p>29</p>

Self Care– Workshops	Parent-Child Bonding Workshops	School Readiness	Informational Workshops
• Creative Creations / Creaciones Creativas	• Once upon a Chef /Érase una vez un cocinero	• Preschool Circle Time/ Hora del círculo pree- scolar 0-5	• Crisis Nursery Presentation
• Teen Teen Talk./ Con- versacion Adoles- cente 13-17	• Little Big Athletes / Pequeños Grande Athleti- cos	• Our Time/ Nuestro Tiem- po	• Safe Sleep Baby Workshop/Taller de Sueño Seguro bebé
• Crochet the Stress away	• Adventure & Discovery Club/ Club de Adventure y Descubrimiento 6-12	• Little Explorers– (0-5)/ Pequeños Exploradores	• Let’s Connect / Conectemos
• Craft for kids			* Resource Class/ Clase de Recursos
•			

Parenting Workshops: *Meets Sacramento County Child Welfare Services requirements .*

Offered Virtually Via Zoom. Please call / Por Favor Llamar (916)-873-9863

Pre- Registration is Required! ¡Se requiere preinscripción!

Nurturing Parenting Program– Nurturing Parenting program curriculum for parents who have children ages birth to school aged. These series of workshops focus on nurturing parenting, disciplining, helping kids manage behavior, self expression and more! *Plan de estudios del programa de crianza con carino para padres que tienen hijos desde el nacimiento hasta la edad escolar. ¡Esta serie de talleres se enfoca en fomentar la crianza de los hijos, disciplinar, ayudar a los niños a manejar el comportamiento, la autoexpresión y más!

Make Parenting a Pleasure– A series of 13 sessions workshop that focuses on effective and positive parenting techniques that allow parents to learn “tips and tricks” on how to communicate more effectively. Una serie de talleres de 13 sesiones que se enfoca en técnicas de crianza efica-

RIVER OAK CENTER FOR CHILDREN

Birth & Beyond

Family Resource Center

September/Septiembre

2023 CALENDAR/CALENDARIO



River Oak
Center for Children



**River Oak Family Resource Center
Fruit Ridge Community Collaborative
4625 44th St., Room 36 Sacramento, CA 95820
www.facebook.com/RiverOakCenter**

**Call (916)226-2725 to register for classes and receive more information
Llame al (916)-226-2725 para registrarse por clases y recibir más
información**